МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Отдел образования Администрации Семикаракорского района МБОУ СОШ №2

РАССМОТРЕНО	**СОГЛАСОВАНО**	**УТВЕРЖДЕНО**
Руководитель ШМО	Зам. Директора по УВР	Директор школы
Учителей эстетическо-спортивного цикла	Хохлачева О.И.	Мартемьянов Н.В.
Готфрид Т.В.	№1 от «28» 08. 2026 г.	_____
№1 от «27» 08. 2026г.		№ 371 от «31» 08. 2026 г.

Подписано цифровой подписью: Мартемьянов Н. В.
Дата: 2026.08.31 10:22:02 +03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Казачьи спортивные игры»

для 5-х классов общего образования

Г.Семикаракорск

Пояснительная записка

Программа «Казачьи спортивные игры» 5 класс разработана в соответствии с:

– Федеральным Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

– Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса (приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»);

– Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»);

Программа «Казачьи спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно - образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В спортивных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Казачьи игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность казачьих спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ «КАЗАЧЬИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Программа имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников. Игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью,

быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку,находчивость, волю, стремление к победе.

Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение ккультуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, еѐ культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, всеподвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям. Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретенный двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создаютнеобходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретенные умения, качества, навыки повторяютсяи совершенствуются в быстро изменяющихся условиях. Содержание игр обогащает представлениеи активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение. Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ «КАЗАЧЬИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Цель программы- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых

установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребенка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития исостояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие

задачи:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающеепринятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Приѐмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьнойспортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Программа курса «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 5 классы -34 часа в год.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностными результатами по спортивно- оздоровительному направлению «Казачьи спортивные игры» является формирование следующих умений: целостный, социально ориентированный взгляд на мир; ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин; способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности; активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность; развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладанияи умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Казачьи спортивные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД: умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия; планирование общей цели и пути еѐ достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнѐра и внесение

необходимых коррективов; принимать и сохранять учебную задачу; планировать свои действия в соответствии поставленной задачей и условиями еѐ реализации; учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; различать способ и результат действия; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учѐта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД: добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт; перерабатывать полученную информацию, делать выводы; преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД*:* взаимодействие, ориентация на партнѐра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры); адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач; допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнѐра в общении и взаимодействии; учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы: Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие; двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся; развитие физических способностей; освоение правил здорового и безопасного образа жизни ;развитие психических и нравственных качеств; повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры; Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы

В ходе реализация программы «Казачьи спортивные игры» обучающиеся должны **знать**: основы истории развития подвижных игр в России; педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств; возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий; индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности; правила личной гигиены, профилактика

травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность; значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь: адекватно оценивать своѐ поведение в жизненных ситуациях; отвечать за свои поступки; отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора; технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения; разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения; управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения; соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях; пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Содержание программы

Общая физическая подготовка

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.
Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Теория: Техника безопасности во время казачьих игр.
Практика. Общеразвивающие упражнения.

1.Казачьи игры с бегом: «Вороны иворобьи», «День и ночь», «Вызов номеров», «Два мороза», «Воробушки», «Совушка».

2.

2. Казачьи игры с прыжками: «Салки на однойноге», «Кто выше», «Пингвины с мячом», «Поймай лягушку»

3. Казачьи игры с мячом: «Свечи», «Передал-садись», «Охотники и утки», «Рак пятится назад».

4. Казачьи игры малой подвижности: «Карлики и великаны», «Кот и мыши», «Чемпионы скакалки», «Построение в шеренгу», «На новое место», «Лабиринт», «Что изменилось».

4. Эстафеты с элементами казачьих игр: «Бег сороконожек», «Бег по кочкам», «Рак пятится назад», «Скорый поезд», «Чемпионыскакалки», «Стрекозы», «На новое место», «Бегунок», «Веревочка», «Чехарда», «Котел»

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

№	Наименование разделов итем программы	Количество часов			Виды деятельности	**Виды, формы контроля**	**Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**
		всего	К.р.	практика			
1. Раздел: Игра с бегом							
1.1	ТБ. Игра «Вороны иворобьи» Игра «Совушка». Игра «День и ночь». Игра «Вызов номеров» Игра «Два мороза». Игра «Воробушки».	6	0	6	Знакомятся с правилами поведения на уроке; разучивают правила подвижных игр и знакомятсяс особенностями выбора и подготовки мест их проведения; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр.	Практическая работа	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
Всего по разделу		6	0	6			
2. Раздел: Игры с прыжками							
2.1	Игра «Салки на однойноге Игра «Кто выше» Игра «Пингвины смячом». Игра «Поймай лягушку».	4	0	4	Знакомятся с правилами поведения на уроке; разучивают правила подвижных игр и знакомятсяс особенностями выбора и подготовки мест их проведения; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр.	Практическая работа	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
Всего по разделу		4	0	4			

3. Раздел: Игры с мячом							
3.1	Игра «Свечи». Игра «Передал – садись». Игра «Охотники и утки». Игра «Рак пятится назад».Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч»	6	0	6	Знакомятся с правилами поведения на уроке; разучивают правила подвижных игр и знакомятсяс особенностями выбора и подготовки мест их проведения; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр.	Практическая работа	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
Всего по разделу		6	0	6			
4. Раздел: Игры малой подвижности							
4.1	Игра «Карлики ивеликаны». Игра «Кошка и мышка». Игра «Чемпионы скакалки». Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новоеместо». Игра «Лабиринт».Игра «Что изменилось?»	4	0	4	Знакомятся с правилами поведения на уроке; разучивают правила подвижных игр и знакомятсяс особенностями выбора и подготовки мест их проведения; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр.	Практическая работа	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
Всего по разделу		6	0	6			
5. Раздел: Эстафеты							
5.1	Эстафеты «Бег сороконожек» Эстафеты «Бег по кочкам» Эстафеты «Рак пятится назад» Эстафеты «Скорый поезд». Эстафеты «Чемпионы	14	0	14	Знакомятся с правилами поведения на уроке; разучивают правила подвижных игр и знакомятсяс особенностями выбора и подготовки мест их проведения; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр.	Практическая работа	https://www.fizkultura.ru/mobile_game

	скакалки» Эстафеты «Стрекозы» Эстафеты «На новое место». Эстафеты «Бегунок» Эстафеты «Веревочка» Эстафеты «Чехарда» Эстафеты «Котел»						
Всего по разделу		14	0	14			
Общее количество часов по программе		34	0	34			

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи,гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

Список литературы:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первоесентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации,практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособностишкольника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе»Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры»Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г